



Menu du restaurant municipal

Octobre 2022

Du 10 au 14 octobre

Lundi	
PL	Rillettes Label Rouge
PL	Sauté de dinde Label
Q	Purée de carottes bio
PL	Camembert bio
	Fruit
PL	Pain labellisé

Mardi	
PL	Tomates bio vinaigrette
Q	Polenta gratinée
Q	Haricots verts bio
Q	Clafoutis aux pommes bio
PL	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
Q	Salade composée (salade bio, maïs, fromage)
PL	Jambon grillé
Q	Gratin de choux fleur bio
Q	Fromage blanc bio à la fraise
PL	Pain labellisé

Jeudi	
	Tartinade de la mer
PL	Feijoada brésilienne Label
Q	Riz IGP
PL	Brie bio
	Fruit
PL	Pain labellisé

Vendredi	
	Macédoine de légumes
Q	Poêlée de poisson MSC
	Frites
PL	Petit suisse sucré
	Fruit
PL	Pain labellisé

Goûter	
	Doony's

Du 17 au 21 octobre

Lundi	
	Maque-reaux à la tomate
PL	Cuisse de poulet Label
PL	Pâtes bio
PL	Petit suisse aromatisé
	Fruit
PL	Pain labellisé

Mardi	
PL	Carottes bio vinaigrette
PL	Rôti de porc IGP
Q	Brocoli bio, cœur de blé
PL	Semoule au lait bio
PL	Pain labellisé

Mercredi	
Centre de loisirs	
Q	Pâté de campagne IGP
PL	Escalope de dinde
Q	Petits pois bio
PL	St-Ursain bio
	Fruit
PL	Pain labellisé

Jeudi	
Q	Salade de choux chinois (Choux chinois, tomate, mimolette)
PL	Hamburger végétarien
	Potatoes
Q	Yaourt framboise bio
PL	Pain labellisé

Vendredi	
	Cake au thon
PL	Galette saucisse Label
PL	Salade verte bio
Q	Comté AOP
	Fruit
PL	Pain labellisé

Goûter	
	Pain au chocolat

Ce menu a été établi à titre indicatif. Quelques modifications peuvent intervenir après parution.

Produits de qualité	Produits locaux	Produits bio	Viande française	Viande congelée	Viande réfrigérée
---------------------	-----------------	--------------	------------------	-----------------	-------------------

Q Produits de qualité : il s'agit soit d'un produit labellisé, certifié, Bleu Blanc Coeur (BBC), d'appellation d'origine protégée...

10 points à retenir de la charte alimentaire

01 Privilégier les produits locaux <small>Au moins 50 % des produits sont d'origine locale (Région des Pays de la Loire ou limitrophes)</small>	02 Privilégier une alimentation saine <small>Au moins 35 % des produits sont d'origine biologique</small>
03 Privilégier les produits de qualité <small>Les menus conçus par le restaurant municipal sont certifiés sans OGM (organisme génétiquement modifié)</small>	04 Privilégier le « fait maison » <small>80 % des plats sont conçus au restaurant municipal</small>
05 Privilégier les produits de saison <small>Les salades composées sont conçues uniquement avec des produits de saison</small>	06 Concevoir des menus équilibrés <small>Les menus sont validés par une diététicienne</small>
07 Faire la chasse au gaspillage alimentaire <small>Les parts sont pesées dès la fabrication. Les enfants font la pesée des aliments jetés en fin de repas dans toutes les écoles.</small>	08 Sensibiliser les enfants à l'équilibre alimentaire <small>L'alimentation est partie intégrante des animations proposées dans le cadre des TAP (Temps d'activités périscolaires)</small>
09 Communiquer sur la composition des menus <small>Les menus affichés dans les écoles présentent la qualité et la provenance des produits (bio / Label / local / fait maison)</small>	10 Faire connaître le travail du restaurant municipal <small>Le restaurant municipal accueille les enfants lors de visites programmées par les équipes enseignantes</small>

Il signale également les produits allergènes :

- | | | |
|---------------|-------------------|----------------|
| ① = gluten | ⑥ = soja | ⑪ = sésame |
| ② = crustacés | ⑦ = lait | ⑫ = sulfites |
| ③ = oeufs | ⑧ = fruit à coque | ⑬ = lupin |
| ④ = poissons | ⑨ = celeri | ⑭ = mollusques |
| ⑤ = arachide | ⑩ = moutarde | |